NUEVO COLECCIONABLE
Hoy: Gelatina con leche

JGO. X3 CUCHILLOS GUNDERSON
Oster
S/ 49.90

El Popular

S/ 1.00

'EL MONSTRUO' DIJO QUE RECIBÍA INFORMACIÓN DE LA PNP

POLICIA

"LA POLICÍA ME PROTEGÍA"

- Fue recluido en penal y Gobierno peruano espera que sea expulsado para ser juzgado acá.
- Dice estar mal de salud y no quiere volver al país porque teme por su vida. PÁGS. 2 Y 3

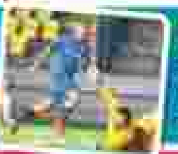


MURIÓ LA FLOR

- Tinelli anunció el final de su romance con Milett.



COPA ROTA



- Alianza cayó 2-1 ante U. de Chile y le dijo adiós a la Sudamericana.



ERICK MORENO HERNÁNDEZ QUISO SOBORNAR A LA POLICÍA PARAGUAYA

Ofreció US$ 1 millón por su libertad

✚ No tenía dinero, pero prometió entregarlo a los agentes para fugar.
✚ Líder de Los Injertos del Cono Norte vivía hace una semana en modesta casa para no levantar sospechas.

Camila Salinas

'EL MONSTRUO' INTENTÓ SOBORNAR A LA POLICÍA PARAGUAYA PARA ESCAPAR.

En un último intento por escapar, tras ser capturado, Erick Moreno Hernández, 'El Monstruo', intentó sobornar a la Policía paraguaya con un millón de dólares.

Tras ser ubicado e intevenido por los agentes en una vivienda en la ciudad de San Lorenzo, a 15 kilómetros de Asunción-Paraguay, el líder de Los Injertos del Cono Norte, jugó su última carta para evadir a la justicia.

El jefe del departamento de investigación de la Policía paraguaya, Hugo Grance, informó que el criminal quiso coimear a los efectivos del orden. "Intentó sobornar a las autoridades policiales. Ofreció dinero en efectivo para no ser arrestado, pero nuestro cometido era capturarlo y ponerlo a disposición de la justicia. Él no tenía dinero, pero prometió mandar a acercar el dinero", declaró en diálogo con América Televisión.

CRIMINAL FUE CAPTURADO TRAS SEGUIMIENTO.

"Él se encontraba hace cinco días alquilando esa vivienda. El operativo fue exitoso. Un total de 35 efectivos policiales participaron en el operativo. Él ofreció un millón de dólares a cambio de su libertad", precisó la autoridad.

QUISO PASAR DESAPERCIBIDO

Finalmente, detalló las condiciones en las que hallaron al prófugo más buscado del Perú. "Estuvo en una modesta vivienda, totalmente diferente a la primera vivienda donde se encontraba. Seguramente optó por bajar su nivel de vida y mimetizarse en el barrio. Él no permanecía más de 40 o 45 días en un lugar", refirió.

Grance descartó las versiones que señalaban que la operación pudo fracasar por una filtración desde Perú. "Hubo una sola fuga en el país. Presumimos que se ha filtrado la información. En esta oportunidad cuidamos todos los detalles. No se filtró información, por eso el operativo fue exitoso", afirmó.

Las autoridades dijeron que el delincuente llevaba un estilo de vida discreto, recibiendo solo pequeñas sumas de dinero en efectivo para alimentación y gastos diarios. Según vecinos, casi no salía de la vivienda y buscaba pasar desapercibido en un barrio modesto. ▲

POLICÍA PARAGUAYA PARA EVITAR FILTRACIONES

Hablaron en guaraní



ESTRATEGIA FUE PARA MANTENER EN RESERVA EL OPERATIVO.

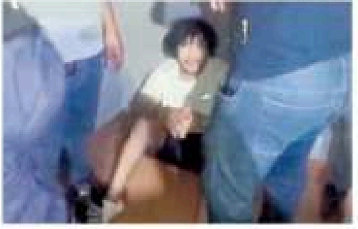
Para evitar una fuga de información, miembros de inteligencia de la Policía Nacional de Paraguay se comunicaron en guaraní entre ellos, logrando así mantener el secreto de la intervención que terminó con la captura de Erick Moreno Hernández.

El uso de la estrategia del idioma fue para comunicarse sin que 'El Monstruo' ni malos elementos de la Policía Nacional del Perú (PNP) pudieran entender sus planes o preparativos de la operación.

Este caso resalta cómo el guaraní, idioma oficial en Paraguay, puede ser utilizado tanto para la cultura y la comunicación cotidiana como, en este contexto, para ocultar operativos policiales, lo que demuestra la versatilidad del idioma en diferentes ámbitos sociales y comunicacionales. (Óscar Chumpitaz) ▲

MÓVIL DE HERNÁNDEZ FUE RASTREADO

Cayó por el celular



POLICÍA DEMORÓ SIETE HORAS PARA EJECUTAR OPERATIVO.

ASUNCIÓN. La captura de Erick Moreno Hernández, 'El Monstruo', fue a través del rastreo de uno de los teléfonos celulares que tenía. El comisario Marcelino Espinoza, jefe del Departamento de Hechos Punibles en Asunción, explicó que se rastreó el móvil, detectado primero en la frontera y después en la ciudad de San Lorenzo.

De otro lado, la prensa paraguaya informó que el operativo para atrapar a 'El Monstruo' demoró siete horas porque no tenían la orden judicial, que fue autorizada a las 10:00 p.m. ▲

el Popular
Viernes 26 de setiembre del 2025
Año 41 | Nº 15.036
Director (i): Carlos Salinas Guerrero
Es una publicación de: Grupo La República Publicaciones S.A.
Jr. Camaná 320, Cercado de Lima. Teléfono: 711-6000. Fax: 711-6026.

DICE QUE MUCHAS BANDAS TOMAN SU NOMBRE PARA DELINQUIR

‘El Monstruo’ dice que PNP lo protegía y le informaba todo

✚ Niega que haya estado en Brasil y afirma que tiene muchos enemigos.



ERICK HERNÁNDEZ ACUSÓ A LA POLICÍA PERUANA DE CORRUPTA.

Carlos Lara Porras

ASUNCIÓN. Prendió el ventilador. Erick Moreno Hernández, o simplemente ‘El Monstruo’, compareció ante la prensa paraguaya y reveló que agentes de la Policía Nacional del Perú (PNP) lo mantenían informado sobre los movimientos para dar con su captura.

“Yo quiero ser responsable de mis actos, no de cosas que me imputan de más por estar en una situación quemado. Como estoy quemado y la Policía no tiene a quien culpar, todo me lo involucran a mí”, expresó.

Ante la consulta si recibía información de la Policía peruana, respondió: “Siempre, siempre. Lastimosamente en mi país existe la corrupción”.

Y ante la repregunta si la Policía peruana era su mayor protección, su respuesta fue contundente: “Así es”.

TIENE ENEMIGOS

Hernández Moreno dijo que muchos de los crímenes que se le adjudican son obra de sus enemigos el ‘Jorobado’ y Miguel Marín. “Existen muchas bandas que toman mi nombre para poder lucrar”, sostuvo.

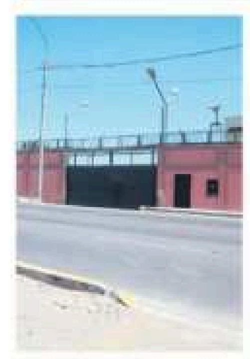
‘El Monstruo’ explicó por qué está en Paraguay. “Yo decidí alejarme de esto hace mucho tiempo, pero lastimosamente mi pasado me condena. Estoy en Paraguay por mi seguridad, por mi vida. Estoy corriendo de mis enemigos”, acotó.

Negó que haya estado en Brasil y que esté involucrado en la muerte de un policía de dicho país. “Estoy hace dos años en Paraguay. Se me culpa de la muerte del policía en Brasil, pero jamás pisé tierra brasileña. Estuve en Bolivia, Santa Cruz, y de ahí vine a Paraguay. No tuve protección de ninguna autoridad paraguaya”, finalizó.



DEBIDO A SU ALTA PELIGROSIDAD

La Base Naval lo espera



SERÍA SU NUEVO HOGAR.

Una vez que Erick Moreno Hernández, ‘El Monstruo’, llegue al Perú tras su detención en Paraguay, el Instituto Nacional Penitenciario (INPE) procederá con la elaboración de un informe técnico para evaluar su destino penitenciario.

Según fuentes oficiales, dicho documento servirá de sustento para recomendar su posible internamiento en el Centro de Reclusión de Máxima Seguridad de la Base Naval del Callao (CEREC).

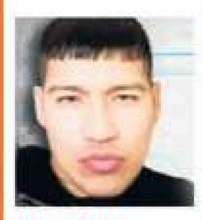
La medida responde a la alta peligrosidad atribuida a Moreno, sindicado como cabecilla de la red criminal Los Injertos del Cono Norte, vinculada a extorsiones y sicariato que afectó a empresarios, transportistas y comerciantes.

EN CORTO



‘EL MONSTRUO’ TENÍA FALSA DOCUMENTACIÓN

ASUNCIÓN. Erick Moreno Hernández contaba con documentación falsa, entre ellas una cédula de identidad y un pasaporte. En dichos documentos el líder de Los Injertos del Cono Norte tenía la identidad de Pierre Jesús Neciosup Rodríguez, con la que intentó burlar a la Policía paraguaya. ‘El Monstruo’ fue capturado la noche del último miércoles.



CAMBIÓ DE LOOK VARIAS VECES

Según reportes policiales de junio de 2025, ‘El Monstruo’ recurrió a cirugías estéticas en nariz y pómulos, posibles aplicaciones de bótox y el uso de extensores faciales. Además, cambió su estilo de cabello y cultivó una barba espesa para mimetizarse entre la población. Moreno también dejó crecerse el cabello, la barba y habría utilizado hombreras y prendas amplias para alterar su silueta.



MORENO HERNÁNDEZ POR AHORA NO VENDRÁ AL PAÍS.

‘EL MONSTRUO’ TEME POR SU VIDA

Fue recluido en penal y no quiere venir a Perú

ASUNCIÓN. ‘El Monstruo’ fue recluido ayer en un penal de máxima seguridad en Paraguay y su retorno al Perú para ser juzgado por sus crímenes demorará.

Erick Moreno Hernández tuvo ayer una audiencia ante el Poder Judicial de Paraguay que decidió que sea internado en el Penal de Emboscada, a 55 kilómetros de Asunción.

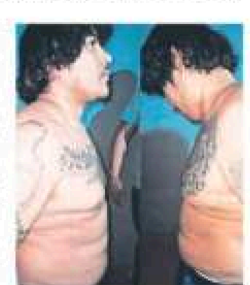
ABC Digital de Paraguay informó ayer que el criminal dijo ante dos jueces que se encuentra mal de salud, que solo tiene un pulmón y que sufre de asma. Pidió no ser enviado al Perú porque siente que no aguantaría el régimen carcelario y teme que atenten contra su vida, por parte de sus enemigos y algunos policías que no les conviene que diga la verdad.

Se supo que para que ‘El Monstruo’ sea entregado a las autoridades peruanas, el Gobierno del Perú deberá renunciar al pedido de extradición y pedir a sus pares de Paraguay pedir su expulsión inmediata. Las próximas horas serán claves en cuanto al futuro de Erick Hernández. (Carlos Lara)

POR MÚLTIPLES DELITOS

Recibiría cadena perpetua

Debido a su rol como líder de la organización criminal Los Injertos del Cono Norte, considerada una de las más violentas y sanguinarias de los últimos años, ‘El Monstruo’ recibiría una severa pena. Se supo que la condena que podría enfrentar sería entre los 32 y 35 años de cárcel, tomando en cuenta sus antecedentes y los delitos que se le atribuyen.



POR LO MENOS RECIBIRÍA 32 AÑOS.

En caso de consolidarse las acusaciones por homicidio y crimen organizado, Moreno Hernández podría ser sentenciado a cadena perpetua. Ello debido a que el Código Penal peruano establece la posibilidad de imponer una pena única cuando una persona acumula múltiples delitos graves. (José Ancajima)

SE HARTARON DE SER VÍCTIMAS DE EXTORSIONADORES

Choferes bloquean vías en SJL

✚ Empresas de transporte paralizaron el tránsito en los principales accesos a San Juan de Lurigancho.

Varias empresas de transporte en San Juan de Lurigancho (SJL) realizaron un bloqueo de las principales vías de acceso al distrito en protesta por la creciente ola de extorsiones que afecta a choferes y cobradores.

La empresa Las Flores y Transporte Huáscar interrumpieron el tránsito en la vía 9 de Octubre, principal entrada hacia el Cercado de Lima con dirección a Acho y Abancay.

En paralelo, la empresa Santa Catalina bloqueó el paso en la av. Próceres de la Independencia y la av. Santa Rosa, dos de las arterias más concurridas del distrito.

Los transportistas denunciaron que la delincuencia organizada exige cupos a cambio de permitirles trabajar, poniendo en riesgo no solo a los conductores, sino también a miles de usuarios que diariamente dependen de estas rutas.

La medida de fuerza ocasionó un severo congestionamiento vehicular y dejó a cientos de pasajeros varados. Al mediodía, los manifestantes se desplazaron hacia el Congreso de la República.

Tras varias horas de bloquear las vías de tránsito, los transportistas dejaron libre las pistas de acceso a San Juan de Lurigancho, para la tranquilidad del público que tenía que trasladarse a su centro de labores.

Sin embargo, anunciaron que se vendrá un paro nacional para que las autoridades hagan algo contra las constantes amenazas de extorsión que sufren diariamente.



TRANSPORTISTAS DENUNCIAN QUE LAS AMENAZAS Y ATAQUES CONTRA SUS UNIDADES NO DISMINUYERON.



Exigen pronta solución

Recordemos que los transportistas denunciaron que pese a múltiples denuncias presentadas ante la Policía, no hay solución a sus reclamos, las amenazas, extorsiones y ataques a balazos, que cobran la vida de choferes, se registran casi diariamente.

NOCHE INFERNAL EN SJL

En la víspera, un bus de la empresa Transporte Huáscar fue interceptado en la av. Wiesse, a la altura de la zona de Mariátegui. Un sicario disparó sin piedad contra la unidad, hiriendo al conductor y a un niño de siete años.

El criminal subió al vehículo haciéndose pasar como pasajero. Huyó del lugar a bordo de una moto, que conducía su cómplice.

Solo minutos después, un bus de la línea 57 fue blanco de un ataque armado en la zona de Las Flores, en el mismo distrito.

EN RÁPIDO OPERATIVO POLICÍA ATRAPÓ A LOS ASESINOS.

ASESINOS FUERON CAPTURADOS

Lo acribillan cuando tomaba desayuno

Dos hombres a bordo de una moto asesinaron a un padre de familia cuando tomaba desayuno en el cruce de prolongación Parinacochas y jirón Humboldt en La Victoria.

Según contaron vecinos, la víctima se encontraba con su pareja con el desayuno en la mano. Además, dijeron que escucharon más de diez balazos, que en su mayoría impactaron en la zona de la cabeza.

La víctima José Manuel Estrada González (32) trabajaba vendiendo repuestos en la av. México.

Los asesinos fueron capturados e identificados como José Wilbani Peña Zapata (23) y Richard Espinoza Medina (18). (O.L.)

LUNES SE VERÁ SI ADMITEN MOCIÓN DE CENSURA

Santiváñez en suspenso



SU FUTURO SE DEFINIRÁ LA PRÓXIMA SEMANA.

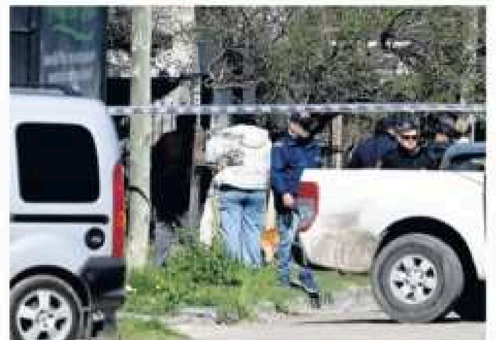
El presidente de la Mesa Directiva del Congreso, José Jerí, se pronunció sobre la moción de censura presentada contra el ministro de Justicia y Derechos Humanos, Juan José Santiváñez, iniciativa impulsada por la congresista Susel Paredes.

El legislador de Somos Perú refirió que entre el lunes y el martes se definirá si se admite la moción de censura, previo debate sobre si el procedimiento que se dio para presentar el recurso es válido o no.

"Hay dos posiciones, los que consideran que la censura de por sí ya es un instrumento de control político y, por otro lado, quienes dicen que no hubo un proceso de interpelación previa. Por eso, la Mesa Directiva tomará una decisión, seguramente, entre el lunes y martes", dijo a Canal N. (O.L.)

EN CRIMEN DE MUJERES EN ARGENTINA

Peruanos involucrados



ASESINATO CAUSA CONMOCIÓN EN BUENOS AIRES.

BUENOS AIRES. Cuatro personas, entre ellos dos ciudadanos peruanos, fueron detenidos por la Policía argentina como sospechosos por la desaparición y muerte de dos mujeres y una menor de 15 años en la provincia de Buenos Aires.

Las víctimas Brenda del Castillo (20), Morena Verdi (20) y Lara Morena Gutiérrez (15) fueron halladas en el barrio de Florencio Varela.

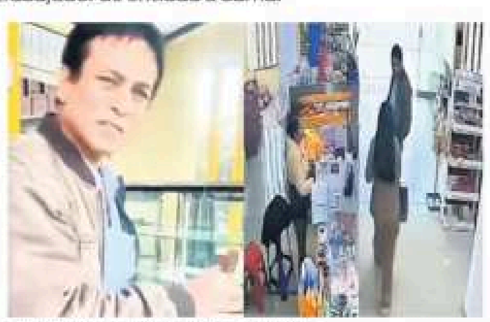
Una pareja de peruanos fue detenida en un hotel cercano de la zona donde se hallaron los cuerpos. Las otras dos personas detenidas fueron encontradas al interior de la vivienda cuando iban a limpiar manchas rojas en el lugar. La principal hipótesis de la investigación apunta a una banda de narcotraficantes que opera en la zona.

AGREDIÓ VERBALMENTE A JOVEN EN MINIMARKET EN TRUJILLO

Funcionario de la SUNAT comete acto de racismo

✚ "Chola de m...", le gritó trabajador de entidad a dama.

Yolanda Goicochea


FUNCIONARIO DE LA SUNAT INSULTÓ A JOVEN EN TRUJILLO.

TRUJILLO. Después del escándalo por la agresión racista de la influencer Alejandra Argumedo en el Metropolitano, un nuevo y lamentable caso de discriminación ocurrió en el país, esta vez en Trujillo.

En esta ocasión, el agresor fue un funcionario público, trabajador de la SUNAT e identificado como Jorge Luis Cabrera, quien fue grabado mientras insultaba a una jovencita en una tienda.

"¿Se pide permiso no?", dijo indignado en un primer momento. "Perdón, disculpe, no quería golpearlo, sea más cortés", le respondió calmada la mujer mientras se retiraba del establecimiento.

Segundos después, el sujeto perdió el control, se acercó a la puerta para seguir increpándola, esta vez con insultos racistas. "Ignorante. Lárgate chola de m...", se le escucha vociferar.

EN CORTO

MUNICIPALIDAD ACLARA COBRO DE FOTOS EN PUENTE

El caso de una adolescente que acudió al Puente de los Suspiros para su sesión de fotos por sus 15 años generó controversia. Ello luego de que el personal de Fiscalización de la municipalidad de Barranco interrumpiera el proceso para mencionarles que está prohibido. La gerenta de Economía del distrito, Ivonne Ravelo, indicó que no hay ningún cobro económico ni restricción para la toma de fotografías personales en espacios públicos en Barranco, pero se requiere de un permiso.

EN EL METROPOLITANO

Contraloría alerta fallas de seguridad


DEFICIENCIAS EN ESTACIONES Y TERMINALES DEL METROPOLITANO.

El gerente de Control de Servicios Públicos Básicos, Luis Castillo, informó que los operativos en cinco estaciones del Metropolitano y un patio de maniobras detectaron graves deficiencias que ponen en riesgo a los usuarios.

Según explicó, se trata de hallazgos que comprometen la seguridad, la accesibilidad y la calidad del servicio que administra la ATU.

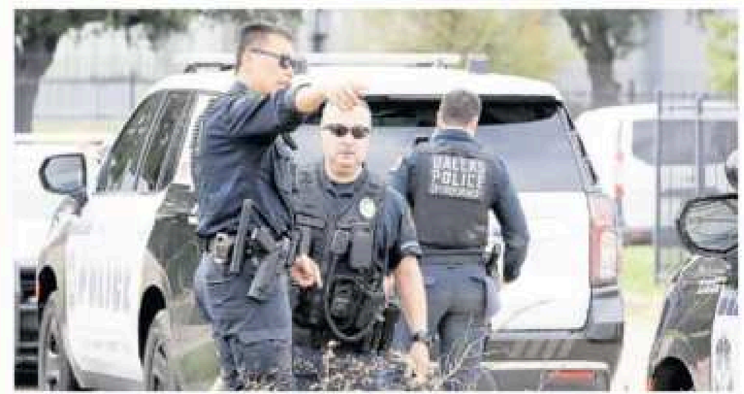
Castillo precisó que el objetivo del informe es preventivo y busca alertar sobre riesgos que podrían derivar en accidentes mayores si no se corrigen a tiempo.

"Hoy en día el ciudadano no recibe un buen servicio y, además, está expuesto a situaciones que pueden poner en peligro su vida", expresó. (O.L.)

PRESUNTO ATACANTE SE HABRÍA SUICIDADO

Tiroteo en oficina del ICE en Dallas deja tres muertos

✚ Las autoridades investigan el caso como un posible ataque de francotirador.



TAMBIÉN SE REGISTRARON VARIOS HERIDOS.

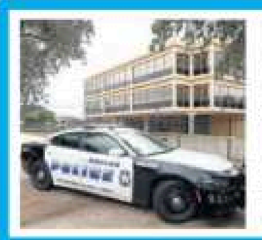
TEXAS. Un tiroteo registrado en Dallas, Texas, dejó tres personas muertas, de acuerdo con la información oficial proporcionada por las autoridades estadounidenses.

Entre los fallecidos se encuentra el presunto atacante, quien según las primeras indagaciones, se habría disparado tras abrir fuego dentro de las instalaciones.

Las otras dos víctimas son inmigrantes que se encontraban en el lugar, confirmaron fuentes vinculadas a la investigación.

Entre los heridos se encontrarían al menos dos inmigrantes detenidos, aunque las autoridades no precisaron oficialmente si los otros afectados son empleados del ICE o civiles que se encontraban en el recinto al momento del ataque.

El centro de ICE en Dallas, como es habitual, albergaba tanto a agentes de la institución como a inmigrantes en custodia.

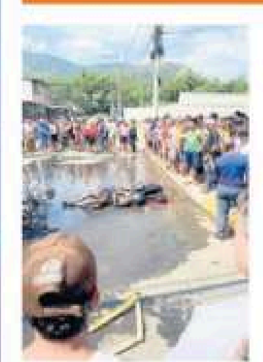


Es materia de investigación

El director del Buró Federal de Investigaciones (FBI) en Dallas, Joseph Rothrock, confirmó que el ataque está siendo investigado como "un acto de violencia dirigida".

SE TRATARÍA DE EXTORSIONADORES

Queman a delincuentes



TUVIERON TRÁGICO FINAL.

MANABÍ. Se tiñó de horror el poblado de Santa Ana, provincia de Manabí, en Ecuador, donde la población tomó la justicia por sus propias manos de manera salvaje e incontrolable y quemó vivos a dos presuntos extorsionadores.

Los sujetos llegaron al sector a bordo de una motocicleta, abriendo fuego contra un grupo de personas reunidas en un salón.

Sin embargo, la sorpresa llegó cuando otros asistentes, armados también, respondieron al ataque con sus propias armas.

Los presuntos sicarios fueron golpeados a patadas, puños y objetos contundentes. Después, los cuerpos maltrechos fueron rociados con combustible y prendidos en llamas.

JEFFERSON FARFÁN

MANDA CARTA NOTARIAL A SU PRIMO CRI CRI

- Youtuber estaría molesto con Cristian Martínez tras sentarse en el sillón rojo.
- Foquita advirtió a su primo que podría afrontar una denuncia.

Omar Lozano.

¡Le declara la guerra! La reciente controversia familiar entre Jefferson Farfán y su primo Cristian Martínez Guadalupe, conocido como Cri Cri, cobró un nuevo giro legal y mediático tras la difusión de una supuesta carta notarial.

Según reveló el programa Amor y Fuego, el documento habría sido remitido por el entorno del ex futbolista para advertir a Martínez sobre su participación en El valor de la verdad, donde se abordarían temas vinculados a una denuncia de presunto abuso que afecta a ambos.

Según el documento, se advierte al primo del ex futbolista sobre las consecuencias legales de mencionar detalles relacionados con la denuncia de abuso que involucra a Martínez y a una joven de 19 años.

"El impedimento y prohibición al denunciado de brindar declaraciones y dar entrevistas en cualquier medio de comunicación nacional e internacional. (...) En caso de incumplimiento, será denunciado penalmente por el presunto delito de desobediencia y resistencia a la autoridad", cita el documento presentado en el programa.



AMENAZAN A PRIMO DE FARFÁN TRAS SU PRESENCIA EN EL SILLÓN ROJO.

Lo quieren callar

Tras esta notificación, Eduardo Medina, abogado del primo de Jefferson Farfán, refirió que la parte denunciante estaría intentando amordazarlo; sin embargo, afirmó que ese programa ya fue grabado, antes de que fuera notificado.

ANUNCIAN DENUNCIA

Por su parte, Javier Muñoz Mananay, abogado de la agraviada, también advirtió que si Christian Martínez Guadalupe revela la identidad de la víctima durante el programa El valor de la verdad, será denunciado penalmente.

OLINDA CASTAÑEDA

"LA SOLUCIÓN ES DOBLAR RODILLAS Y ORAR"

✚ Ex modelo le da consejo a Maju Mantilla.

¡Pide que luche por su familia! Olinda Castañeda, quien ahora se encuentra alejada del mundo artístico, se animó a aconsejar a Maju Mantilla, quien atraviesa un difícil momento tras anunciar su separación de Gustavo Salcedo.



La ex modelo sostuvo que solo Dios puede restaurar un matrimonio y que, si Maju desea recuperar a su familia, debe acercarse a la oración.

"Si ella quiere restaurar su matrimonio y quiere volver unir a su familia, la única solución es Dios y doblar rodillas, y lo digo por experiencia propia porque también lo he pasado con mi esposo", expresó.

La cristiana advirtió que las redes sociales y la televisión exponen demasiado los problemas personales y generan un daño adicional.

"No caigan como sombras en nuestras vidas. Si Maju lo desea, debe orar y acercarse a Dios", remarcó. (O.L.)

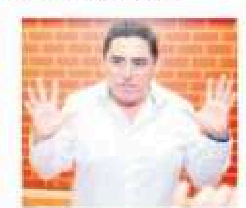
CARLOS ÁLVAREZ

PIDE CADENA PERPETUA

✚ Cómico celebra captura de 'El Monstruo'.

El humorista Carlos Álvarez saludó la reciente captura de Erick Moreno Hernández, 'El Monstruo', en una operación conjunta entre las autoridades de Perú y Paraguay.

"Por fin una buena noticia para el Perú. Que se pudra en la cárcel, le den cadena perpetua y por mí lo fusilaría en 24 horas. Así que vayan cayendo todos los delincuentes malditos que han desangrado el país", expresó.



EXIGE MÁXIMO CASTIGO.

Por otro lado, Álvarez se prepara para presentar su show El candidato soy yo, hoy y mañana en el teatro Bianca en Barranco. (O.L.)

MILETT FIGUEROA

TINELLI LA CAMBIA POR CONDUCTORA

✚ Presentador habría puesto fin a su romance con modelo por Sabrina Rojas. ✚ Prensa argentina confirma acercamiento entre pareja.

Tuvieron su pasado

Agus Rey reforzó este punto al afirmar: "Se tiene la teoría de que entre ellos ya pasó algo seguramente, pero se conocen porque Sabrina bailó en el 2008. Hicieron match y se conocen de toda la vida".

"Me gusta terminar algo de buena manera, con amor, con cariño". Marcelo Tinelli.

Omar Lozano.

¡La manzana de la discordia! La ruptura entre Marcelo Tinelli y Milett Figueroa sorprendió a todos, luego de que el conductor anunciara el fin de su relación durante su streaming Estamos de paso.

"Hoy quiero comunicarles que nos hemos separado con Milett. Le mando un beso grande, porque la quiero mucho y la amo mucho. Pasé dos años hermosos a su lado", expresó.

Las versiones sobre una tercera persona no tardaron en circular y tomaron fuerza pocas horas después gracias a las declaraciones de Agus Rey, reconocido periodista de espectáculos argentino y quien no tardó en revelar que se trataba de Sabrina Rojas, actriz, modelo y conductora, actual compañera de podcast de Tinelli.

La propia Rojas participó en programas de televisión conducidos por el presentador, incluso en el 2008, y actualmente comparten proyectos al aire.

Durante la transmisión del programa, Rojas recibió la confirmación en directo. "Marcelo está soltero", exclamó ante la audiencia, alimentando aún más los rumores sobre el nivel de cercanía entre ellos.

MUCHA QUÍMICA ENTRE AMBOS

A esto se sumaron los análisis de los medios argentinos tras el reciente estreno del streaming el 23 de setiembre, ya que varios especialistas resaltar conexión entre ambo ductores.

"Esta mañana co tamos el estreno y a zamos todo, casualm sin saber la confirma de que estaban separ Dijimos lo mismo: ' química hay entre M lo y Sabrina Rojas?'. E delo y conductora", r Rey.

EN CORTO

KE PERSONAJES Y ARMONÍA 10 EN VIBRA PERÚ 2025

La fiesta más grande del país regresa con una edición cargada de novedades, Vibra Perú 2025 tendrá en su cartel a los argentinos de Ke Personajes y las leyendas de la cumbia norteña Armonía 10, el 6 y 7 de diciembre en la Costa Verde. El lineup del festival es el siguiente: Ke Personajes, Armonía 10, Antología, Los Mirlos, Daniela Darcourt, Raíces de Jauja, Mauricio Mesones, William Luna, Max Castro, Juaneco y su Combo, Pelo D'Ambrosio y más de 20 artistas estelares en total en una auténtica acuarela de sonidos y emociones con los artistas más importantes de nuestro país, en el folclor, la cumbia, la salsa y el pop rock.

LESLIE SHAW

"SE LE NOTA LA PICONERÍA"

Rubia acusa a Michelle Soifer de colgarse de ella para promocionarse.



¡Sin pelos en la lengua! Leslie Shaw no dudó en arremeter fuertemente contra Michelle Soifer, minimizando por completo su carrera como cantante.

La ahora cumbiambera destacó que no entiende por qué la ex conductora de Ponte en la cola, intentaría copiarse su estilo musical, por lo que la criticó sin piedad.

"No entiendo qué quiere hacer esa chica con su vida, creo que ya uno con 35 años ya debería tener claro, qué quiere, ¿no?, ¿quiere ser cantante?, ¿quiere ser Leslie Shaw?, ¿quiere ser conductora?. Parece que quiere intentar (ser como yo), le deseo suerte, pero no creo que lo logre. (¿Qué necesita para ser como tú?) Talento", ironizó.

"SE QUEDÓ ENCASILLADA"

Además, la conocida Barbie de la Cumbia destacó que jamás podrán compararla con la ex chica reality, porque ella sí colaboró con grandes artistas, como Thalía.

"Creo que no es la forma lo que hizo, me parece que se ha quedado encasillada en 'EEG', yo no soy participante de un reality. Pero insultarme y esas cosas, me parece súper bajo, totalmente innecesario. Ya quisiera ella que Thalía sepa que existe", acotó.

"Se le nota la piconería. ¿Qué canción exitosa ella ha tenido?, ni una. O sea, me parece malazo desmerecer tantos años de mi trabajo porque simplemente no tiene con quién pelear, que se busque otra", dijo. (O.L.)

ALIANZA FUE ELIMINADO DE LA COPA SUDAMERICANA

La copa ROTA

Blanquiazules cayeron 2-1 ante U. de Chile que clasificó a las semifinales.

COQUIMBO. En el puerto de Coquimbo y sin testigos en las tribunas, Alianza Lima puso fin a su sueño en la Copa Sudamericana al caer 2-1 ante la Universidad de Chile que clasificó a las semifinales.

El Chuncho golpeó en el inicio del partido. Lucas Assadi (5') le ganó la espalda a Gianfranco Chávez, lo superó en velocidad para vencer a Viscarra mediante un remate cruzado.

Fue un duro golpe para Alianza que no encontró su juego, sin ideas en el mediocampo y sin profundidad. Burlamaqui y Peña no gravitaron en el mediocampo. Y en el ataque Alan Cantero, quien arrancó por Kevin Quevedo, no estuvo a la altura.

En el inicio del complemento, una buena acción colectiva permitió que el conjunto mapocho aumente el marcador. Javier Altamirano, tras la asistencia de Maximiliano Guerrero, sacó un zapatazo desde fuera del área y marcó el 2-0 a los 50 minutos.

La tarea se le puso cuesta arriba a los blanquiazules que mejoraría con los ingresos de Kevin Quevedo y Pablo Ceppelini. Precisamente, este último aprovechó un error defensivo para sacar un centro que conectó Eryck Castillo (64') para poner el descuento y emoción al encuentro.

El equipo de Pipo Gorosito acechó el arco chileno, pero no tuvo profundidad en los metros finales. Cerca del final, Paolo Guerrero (88') estuvo apunto de empatar el partido, pero su cabezazo fue salvado de la línea de gol por Calderón.

Alianza Lima le dijo adiós a la Copa Sudamericana y ahora deberá apuntar con todo al Torneo Clausura. En tanto, la Universidad de Chile se medirá en las semifinales con Lanús.

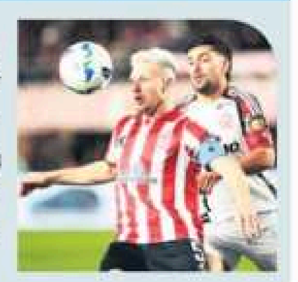
Flamengo se mete a semis

LA PLATA. Flamengo clasificó a las semifinales de la Copa Libertadores al imponerse como visitante en definición por penales (4-2) a Estudiantes de La Plata, luego que el partido finalizara 1-0 a favor del cuadro argentino en los 90 minutos.

Gastón Benedetti (45') marcó para el cuadro Pincharrata e igualó la serie, ya que en la ida el Mengao se impuso 2-1.

En la tanda de los penales, se lució Agustín Rossi, arquero del cuadro carioca, al atajar dos remates. Flamengo se enfrentará a Racing por las semifinales de la Copa Libertadores.

De otro lado, en otra llave, LDU venció como visitante a Sao Paulo 1-0 (3-0 en el marcador global) y clasificó a las semifinales donde rivalizará ante Palmeiras.



Garcilaso no sabe ganar en casa

CUSCO. Perdió dos puntos en casa. Deportivo Garcilaso sumó su segundo empate consecutivo como local al igualar sin goles con UTC y dejó escapar la oportunidad de acercarse al primer lugar.

El cuadro cusqueño dominó el encuentro, pero se complicó al no poder tener claridad en sus avances para superar la resistencia del elenco cajamarquino.

Garcilaso sumó 18 puntos, a tres del líder Universitario, mientras que UTC es penúltimo con tres unidades.

Hoy en Huánuco (11:00 a.m.), Alianza Universidad recibirá a Sport Boys. Y en Sullana (3:30 p.m.), Atlético Grau chocará con Sport Huancayo.



FOSSATI BUSCA SEGUIR COMO LÍDER

Nono se la jura a Cusco FC

DT de la 'U' aseguró que será una final ante dorados.



Universitario se juega una final adelantada mañana (6:00 p.m.) ante Cusco FC para lograr afianzarse en su camino por el tricampeonato, por eso Jorge Fossati tiene claro que al ser un rival directo será clave un triunfo para seguir invicto y en la cima del Torneo Clausura.

El Nono viene analizando a los dorados, quienes pese a que cayeron la fecha pasada demostraron que son un equipo muy bien trabajado. "Este partido tiene la particularidad de que es contra uno de los rivales directos. No es el único, pero es uno de los rivales directos, así que tiene ese plus de importancia. Es un equipo con una idea clara que la busca independientemente de dónde juega y contra quién juega, qué lo hace muy bien. Como todos, tiene cualidades y, con todo respeto, pero también tiene sus debilidades, así que vamos a tratar de cuidar unas y atacar las otras", dijo.

BAJAS Y ALTAS

Por otro lado, existen razones para sonreír y acrecentar el plantel de cara a la recta final del Torneo Clausura. Gabriel Costa, Hugo Ancajima y Anderson Santamaría quedaron aptos para integrar la lista de concentrados al recuperarse de sus lesiones. La mala noticia es la lesión de Horacio Calcaterra que lo marginará del partido ante Cusco FC. Universitario quiere continuar con su buena racha y fortalecer su candidatura para convertirse en el campeón del 2025.



Ayacucho en buena racha

HUAMANGA. Ayacucho FC sumó su tercera victoria en el Clausura tras vencer 2-1 a Juan Pablo II. Cristian Ramírez (43') abrió el marcador para la visita y antes del cierre del primer tiempo, Franco Caballero anotó. En el segundo tiempo, Jonathan Bilbao marcó el gol del triunfo a los 75'.



Cabrera en acción

VANCOUVER. Kenji Cabrera tuvo acción en el empate 1-1 del Vancouver Whitecaps ante el Portland por la MLS.

El ex Melgar hizo un buen partido y estuvo en el campo hasta los 80' que ingresó Jean Cloude Ngando. Por ahora son cuartos en la tabla general, a cuatro del líder Philadelphia.

SON MAPLE, ZAYU Y CLUTC

Mundial 2026 ya tiene sus mascotas

ZÚRICH. La FIFA reveló a las mascotas oficiales del Mundial 2026, que se disputará por primera vez en tres países de manera conjunta: México, Canadá y Estados Unidos.



Los elegidos son Maple, Zayu y Clutc -un alce, un jaguar y un águila-, personajes que simbolizarán la identidad cultural y deportiva de cada nación anfitriona.

Maple es la mascota que representará a Canadá y será un portero; Zayu a México, un delantero, y Clutch a Estados Unidos, un mediocampista.

Por primera vez en la historia de la competición, las mascotas oficiales serán personajes interactivos en FIFA Héroes, nuevo videojuego con licencia oficial que se lanzará el próximo año.



HINCHAS DE SPEZIA PIDEN QUE SEA TITULAR

Lapadula querido

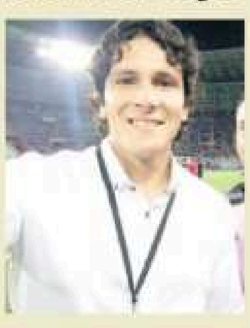
Gianluca Lapadula pasó de héroe a villano en los dieciseisavos de la final de la Copa Italia al anotar el gol del empate ante Parma, que los llevó a los penales, pero en su definición falló su remate. Pese a todo ello, la prensa de Italia confía en que pueda volver a ser titular.

El portal Città della Spezia dejó en claro que la afición pide a gritos el regreso de Gianluca Lapadula tras demostrar que sigue teniendo el olfato goleador. En solo pocos minutos en el campo, pudieron igualar la llave y así forzar a una tanda de penales ante un club de serie A.

TRAS 24 HORAS DE SU DESIGNACIÓN

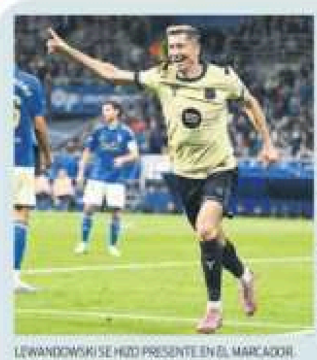
Torres renunció a la administración de Boys

En menos de 24 horas, tras ser nombrado por la SUNAT como nuevo administrador de Sport Boys, Miguel Torres presentó su renuncia al cargo.



El ex futbolista anunció dicha media mediante un comunicado. "Soy de los que creen que, cuando no eres bien recibido en un lugar, lo mejor es no forzar las cosas y tomar otro rumbo. Nunca he buscado poder ni beneficio económico de un club, y menos aún cuando lo que más necesita es apoyo sincero", expresó Torres.

Tras esta dimisión, la SUNAT deberá responder oficialmente a la renuncia presentada y designar a un nuevo responsable para que se haga cargo del manejo de Sport Boys.



LEWANDOWSKI SE HIZO PRESENTE EN EL MARCADOR.

GANÓ 3-1 A OVIEDO Y SE ACERCA A REAL MADRID

Barcelona mete presión

OVIEDO. Se acerca a la punta. Barcelona consiguió un triunfo clave al vencer 3-1 a Oviedo en su visita al estadio Carlos Tartiere, que lo deja a solo dos puntos del líder Real Madrid, que acumula 18 unidades.

El partido no empezó bien para los azulgranas, pues el cuadro local sorprendió a los 33' con un tanto de Alberto Reina, que puso en ventaja a los asturianos. Barcelona tuvo el control de la posesión, pero careció de efectividad durante la primera mitad.

En el complemento, todo cambió: a los 56', Eric García apareció en el área para empatar el marcador y devolver la confianza al equipo de Hansi Flick.

Con el correr de los minutos, la presión culé rindió frutos y Robert Lewandowski, con su jerarquía, anotó el 2-1 de un fuerte cabezazo a los 70 minutos del cotejo.

Ya sobre el final, Ronald Araújo selló la victoria con un gol a los 88', desatando la alegría visitante. Con este resultado, Barcelona suma 16 puntos, a dos del líder Real Madrid, y se mantiene firme en la pelea por la cima de LaLiga.

DESDE EL LUNES UNA NUEVA COLECCIÓN CON LAS MEJORES, MÁS SENCILLAS Y PRÁCTICAS RECETAS

Colecciona las láminas con diversas recetas de Bocaditos y piqueos



A partir del lunes 29 de setiembre llegará a tus manos, al comprar **el Popular**, un nuevo coleccionable de recetas con nuevas ideas y consejos para que puedas elaborar sin problemas un rico y variado buffet.

Este recetario exclusivo se llama **Bocaditos y piqueos**, y contiene casi 100 recetas entre dulces y salados, así como cocteles y bebidas.

Cada lámina diaria contiene el paso a paso bien detallado de la receta, así como información extra para darle el toque profesional y sacar el máximo provecho a los alimentos.

LAS MÁS VARIADAS RECETAS

El Popular siempre pensando en el gusto de sus lectores no escatimó en hacer una recopilación de las mejores recetas para traerlas directamente a tus manos y facilitar la organización de tus celebraciones.

Empieza una nueva aventura culinaria cada día de la semana. ¡Corre al quiosco por tu diario y lámina!



En las redes sociales

Siempre encuéntranos en las redes sociales Facebook, Twitter e Instagram para estar informado con lo último del acontecer nacional e internacional. No te pierdas ninguna noticia de relevancia con elpopular.pe

APRENDIENDO EN CASA

El Universo y el planeta Tierra

Capas internas de la Tierra



EL DATO

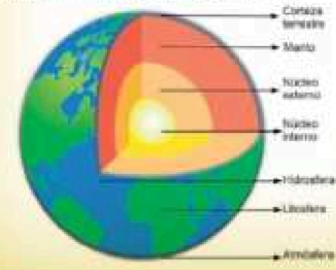
El manto y la corteza se rozan a través de las placas tectónicas, mientras que el núcleo externo influye en el campo magnético terrestre, que afecta a la corteza.

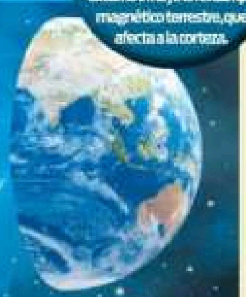
La estructura interna de la Tierra está compuesta por tres capas principales: corteza, manto y núcleo.

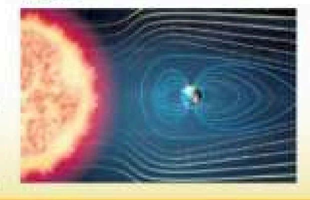
La corteza es, básicamente, el lugar donde todo ser vivo habita. Es la capa más superficial y "delgada" con un grosor de aproximadamente 40 km. Parece una gran profundidad, pero apenas representa menos del 1% del volumen de la Tierra.

El manto es la zona intermedia y representa más del 84% del volumen terrestre. Se encuentra debajo de la corteza y se extiende hasta 2.890 km de profundidad. La parte superior tiene una temperatura que oscila entre 500 y 900 grados Celsius, pero las zonas más profundas se calculan en 4.000 grados Celsius.

El núcleo, la capa más profunda y caliente del planeta, compuesto a su vez por dos capas: el núcleo interno y el núcleo externo. Se cree que es una sólida región redondeada compuesta por metales, especialmente hierro y níquel en su mayoría. Pero también se considera que una de sus regiones es líquida.



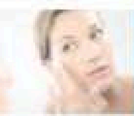




¿Qué es la magnetósfera y dónde se encuentra?

Se trata de una capa que está formada por la interacción del campo magnético de la Tierra y el viento solar y se encuentra rodeando nuestro planeta, a modo de escudo protector. Precisamente la forma que presenta esta capa está determinada por ambos factores. Es decir, tanto por la intensidad del viento solar como así también por la intensidad del campo magnético terrestre.

Cuida tu cuerpo
Los expertos recomiendan usar el retinol preferiblemente de noche, porque es el momento en el que la piel realiza la regeneración y reparación celular. No se debe exponer al sol.



El dato
Una de las cualidades más reconocidas de los perfumes árabes es su duración.

Está de moda
Uñas aguamarina El color aguamarina es una alternativa elegante a los tonos pastel, ideal para quienes buscan un toque de dramatismo sin perder sobriedad.



CON INGREDIENTES QUE TIENES A LA MANO Y SON ECONÓMICOS

Exfoliantes caseros para labios bonitos

+ La exfoliación es uno de los pasos importantes en la rutina de belleza.

Zoraida Peña H.

Toma nota de estos exfoliantes caseros para darle un aspecto bonito y saludable a tus labios. Recuerda exfoliar solo una vez a la semana.



AL EXFOLIAR TUS LABIOS QUITARÁS LA PIEL MUERTA Y PERMITIRÁS QUE ESTA SE RENUEVE.

FÁCIL Y SENCILLO

Vaselina y azúcar. Con dos ingredientes súper sencillos conseguirás una exfoliación profunda y unos labios con un toque extra de hidratación. Preparación: en un bol pequeño añade un poco de vaselina (pura o perfumada) y media cucharadita de azúcar. Mezcla bien con la ayuda de una espátula pequeña o con una cucharilla y ¡listo!

Vaselina, azúcar y aceite de almendras. Esta receta es especial para labios agrietados o que tienden a la resequedad, ya que el aceite de almendras le aportará a tu piel hidratación. Preparación: debes añadir de 2 a 3 cdtas. de azúcar y una cucharada de aceite de almendras. Remueve bien y ve añadiendo a la mezcla la vaselina. No pares de remover hasta obtener una textura homogénea. Hazlo cada 15 días.

Azúcar rubia y aceite de oliva. En un bol pequeño añade una cucharadita de azúcar granulado con otra de aceite de olivda virgen extra. Mézclalo hasta obtener una textura de pasta arenosa, que no sea ni muy aguada ni muy espesa.

Aplica los exfoliantes con un cepillo de dientes de cerdas suaves haciendo masajes circulares durante dos minutos, luego deja reposar tres minutos y aclárala con agua. Por último, aplica una crema hidratante o vaselina.

Lucir mejor

Martina Gómez (*)

TIPS PARA EVITAR QUE LOS LABIOS SE AGRIETEN

Los labios también se cuidan para que luzcan lindos y sin heridas. Aquí tres tips que te ayudarán:

Hidrátate constantemente: la deshidratación es una de las principales causas de labios secos. Bebe al menos dos litros de agua al día para mantenerlos hidratados.

Usa bálsamo labial con protección solar: aplica uno que sea humectante y contenga ingredientes como manteca de karité, cera de abejas o aceite de coco. Si estás al aire libre, asegúrate de que tenga FPS para protegerlos del sol.

Evita lamerte los labios: aunque parece aliviar la sequedad, la saliva en realidad los reseca más. En vez de eso, reaplica tu bálsamo cada vez que sientas los labios secos.

*Centro de Terapias Alternativas y de Antienvejecimiento
m.gomez31@hotmail.com



Trigo con estofado de lengua

INGREDIENTES

- 1 1/4 de tzs. de trigo pelado.
- 400 g. de lengua.
- 1/2 kg. de papa.
- Una cebolla.
- Una zanahoria.
- 1/4 de taza de habas frescas.
- 1 1/2 cdta. de ajo molido.
- Sal, comino y pimienta al gusto.

PREPARACIÓN

Sancochar el trigo y prepararlo como de costumbre. Reservar. A parte sancochar la lengua y filetear. Reservar. Hacer el aderezo friendo en aceite cebolla en cuadritos con ajo, luego incorporar la lengua fileteada, condimentar con sal, pimienta y comino, soasar. Luego añadir arvejas y zanahoria en rodajas y papas en cubos, cubrir con agua y cocinar a fuego medio. Cuando rompa en hervor rectificar la sal. Servir con el trigo.

Secreto del chef
Si quieres darle más cremosidad al trigo puedes agregar un chorrito de leche evaporada y queso fresco desmenuzado.

TIPS

1 LA VITAMINA C EN NUESTRA PIEL

La vitamina C, también conocida como ácido ascórbico, es un potente antioxidante con un papel clave en la protección de la piel ante los radicales libres. Estos radicales son causados por factores externos como la contaminación, la radiación UV y el estrés ambiental, que aceleran el envejecimiento cutáneo.



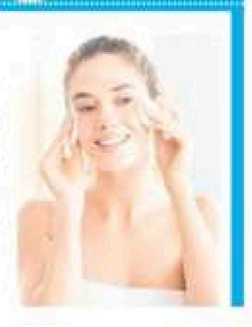
2 LA TÉCNICA DE LA TOGA PARA ALISAR

Luego de lavar y secarte bien el cabello, haz una raya a un lado, peina bien el cabello y enróllalo de manera ajustada alrededor de tu cabeza. Sujétalo con las pinzas. Cubre con el pañuelo o redecilla. Por la mañana, quítate el pañuelo y las pinzas, y peina tu cabello para conseguir un acabado liso y suave.



3 ¿QUÉ ES LA DOBLE LIMPIEZA FACIAL?

La doble limpieza facial se hace en dos pasos utilizando dos tipos de limpiadores: uno con base oleosa, como los aceites o bálsamos limpiadores y otro con base acuosa como el agua micelar, las leches limpiadoras o los geles y espumas limpiadoras. Su beneficio más importante es que limpia la piel en profundidad.



GARFIELD por Jim Davis







CHARLIE BROWN Por Charles M. Schulz









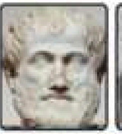
Sudoku

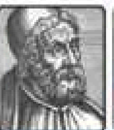
	7			1			6	
	9	5		4	8		3	2
4			7					8
	4	2	1	8	6	3	7	
9	3						8	
				9				4
7			5	2	3	1		6
	5						9	
2	6				1		5	

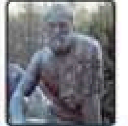
¿Quién lo dijo?

"El amor está compuesto por un alma habitando dos cuerpos."

Aristóteles
Claudio Ptolomeo
Arquímedes







Las Diferencias

Estos dos dibujos parecen iguales, pero no lo son. Fíjate bien y encuentra las 10 diferencias entre ellos.

A dibujar



Para completar el dibujo traza una línea uniendo los puntos numerados en orden. Al terminar podrás colorear el dibujo.

chiste

Acta de matrimonio
Amor, ¿Qué tanto le ves a nuestra acta de matrimonio?

Estoy viendo cuando caduca esta cosa.

acertijo

El campo circular (red de atletismo)
Enunciado: Una pista circular de radio 40m, ¿qué longitud tiene una vuelta?

Soluciones de ayer

El acertijo: 3 cortes.

¿Quién lo dijo?:
Loretta Young.

Sopa de letras

M	R	A	Q	Z	S	N	W	Y	G	U	D	D	A	T	S	E	T	O	P	F	E	X	T
P	C	L	T	H	I	M	P	A	R	T	E	N	U	E	T	N	E	M	L	A	G	E	L
X	Z	G	Q	N	Q	C	Y	Z	O	V	D	X	G	O	T	B	S	U	C	E	I	M	N
S	J	L	U	O	H	E	I	F	P	H	K	S	R	C	O	O	Z	N	G	D	M	Q	R
S	W	T	A	I	U	R	Y	R	I	V	N	T	H	E	C	S	B	I	M	A	T	C	L
E	Q	J	K	S	X	T	G	D	F	H	N	K	B	I	P	L	S	V	A	D	W	T	M
T	Y	F	C	I	Z	I	D	O	R	E	Q	H	M	Y	K	M	F	E	T	I	O	F	R
R	C	B	Q	V	D	F	E	N	C	V	Z	E	T	H	U	A	R	R	E	L	Z	B	V
A	L	O	T	I	N	I	S	G	Y	S	D	D	K	X	C	M	B	S	R	A	H	G	O
Y	T	J	R	D	W	C	S	C	O	A	U	E	P	U	V	R	F	I	I	C	R	K	L
I	C	N	Z	B	J	A	O	N	C	U	F	H	L	C	Y	E	W	D	A	S	E	F	W
A	R	S	Z	U	T	R	M	A	L	E	N	T	A	B	I	B	G	A	O	S	C	E	H
K	N	R	U	S	A	U	O	L	S	A	A	L	V	T	G	A	O	D	B	S	O	N	X
Q	Y	O	B	P	L	W	L	H	N	D	I	P	V	C	K	S	A	T	T	E	N	M	J
O	I	O	I	A	E	U	I	I	C	F	H	Z	F	W	R	Z	C	M	E	D	O	S	J
D	Q	T	A	C	F	R	C	J	I	E	Z	B	X	W	I	U	G	C	O	A	C	Q	I
S	T	M	O	H	U	I	I	C	Z	A	R	B	S	L	N	P	E	E	L	D	I	X	C
O	A	F	K	W	D	B	A	O	X	Q	P	E	A	D	R	F	M	T	O	I	D	L	W
R	I	B	T	E	G	D	I	J	R	Q	I	I	D	R	A	M	W	N	G	R	A	X	N
V	D	P	M	F	A	S	L	R	G	E	C	T	K	X	G	A	E	E	I	O	C	L	I
P	M	O	U	S	F	D	J	H	T	E	S	Z	G	M	R	D	P	C	A	T	R	K	L
G	R	A	D	O	S	V	X	O	P	A	C	G	S	E	O	Z	J	O	C	U	Q	F	I
S	O	I	D	U	T	S	E	S	K	T	U	A	N	R	T	M	E	D	N	A	W	R	O
U	V	I	X	G	Z	M	E	D	L	B	E	Y	H	T	O	Q	J	C	F	G	Y	L	D

FACULTAD UNIVERSITARIA

- ACADÉMICOS
- ALUMNOS
- ARTES
- ATRIBUCIÓN
- AUTORIDADES
- CALIDAD
- CALIFICADAS
- CENTRO
- CERTIFICAR
- DERECHO
- DOCENTE
- ESPECIALIZADOS
- ESTUDIOS
- FACULTAD
- GRADOS
- IMPARTEN
- LEGALMENTE
- MATERIA
- MEDICINA
- OTORGAR
- POTESTAD
- RAMA
- RECONOCIDA
- SABER
- SUBDIVISIÓN
- SUPERIORES
- TEOLOGÍA
- UNIVERSIDAD

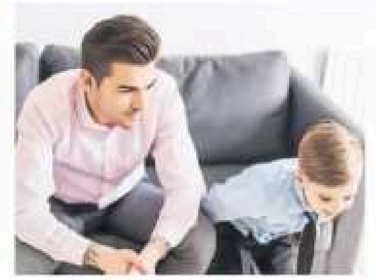
Consultorio sentimental

Tengo un hijo y no sabe que soy su padre

CARLOS (40). Doctora Cora, tengo un hijo de 13 años, pero él no sabe que soy su padre, pues la pareja de su mamá lo firmó como si fuera suyo.

Mi hijo fue fruto de una relación prohibida, pues su madre mi vecina, estaba casada cuando nos conocimos. Fue una relación más pasional que de amor. Después me enteré que ella estaba embarazada y cuando se lo pregunté me lo quiso negar, hasta que finalmente lo admitió y me rogó que no dijera nada.

Prometí no hacerlo, pero no sé hasta cuándo podré sostener esta mentira. Me he acercado a mi hijo y ahora somos amigos, no sé cómo reaccionaría si lo supiera.



RESPUESTA

Querido Carlos, el problema que atraviesas es muy delicado, pues si rompes tu promesa destruirías un matrimonio. Nuevamente entabla una conversación con la mamá de tu hijo, tal vez ambos encuentren alguna alterniva o solución a esta situación. No pienses solo en ti, pues tu hijo puede sufrir las consecuencias.

Dra. Cora Song corasong@gmail.com

ASTROLOGÍA

Jhan Sandoval
Telf: 972709222
www.jhansandoval.com



ARIES: 21 mar. 20 abr.
Las trabas que han estancado el inicio de ese proyecto no deben de conducirte a reacciones radicales. Tienes que ser paciente y replantearlo todo para que pueda avanzar exitosamente.

TAURO: 21 abr. 21 may.
Has analizado la actitud de esa persona que se muestra orgullosa e intransigente. Pensarás en sacarla totalmente de tu vida y no sería lo correcto. Búscala y dialoga, solo así cambiará.

GÉMINIS: 22 may. 21 jun.
La fuerza de voluntad que te acompaña junto con tus conocimientos te permitirán avanzar rápidamente en tu labor. Planificarás algún tipo de inversión económica, será conveniente.

CÁNCER: 22 jun. 22 jul.
Aunque fuerces situaciones, no lograrías alcanzar algunos objetivos debido a condiciones que no se estarían cumpliendo. Recupera la paciencia y organízate de una mejor manera.

LEO: 23 jul. 23 ago.
Una amistad intentará convencerte para realizar un viaje o actividad que vincula una inversión de dinero. No te apresures y saca bien tus cuentas. En el amor, llega una nueva oportunidad.

VIRGO: 24 ago. 23 set.
No abandones esa actividad que te brinda seguridad. Hacerlo para buscar nuevas opciones sería contraproducente en este momento, espera. En el amor, mejora la comunicación con tu pareja.

LIBRA: 24 set. 23 oct.
Luego de esa pérdida laboral o económica llega un periodo de crecimiento y de brillo. No le tengas temor a las oportunidades que se presenten. En el amor, sé más constante y no caigas en la rutina.

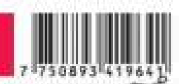
ESCORPIO: 24 oct. 22 nov.
El miedo y la inseguridad están haciendo que te detengas y no te acerques a esa persona que realmente te interesa. No obstante, el encuentro se dará, hablarán y ambos podrán reconciliarse.

SAGITARIO: 23 nov. 21 dic.
Cuidado con las transacciones de dinero que realices, podrías perder alguna suma por distracción u olvido. En lo sentimental, controla los celos, peleando no resolverás ningún problema.

CAPRICORNIO: 22 dic. 20 ene.
Día de cambios favorables. Recibirás una comunicación inesperada anunciándote el cierre de un convenio o pacto que será positivo para tu crecimiento profesional. Aprovecha el momento.

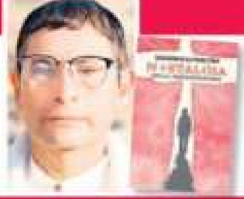
ACUARIO: 21 ene. 19 feb.
Es posible que tengas que saldar una deuda o pago que no habías programado. No obstante, tendrás los recursos necesarios para poder atender esta emergencia y resolverla sin problemas.

PISCIS: 20 feb. 20 mar.
No actúes de manera impulsiva y evalúa cada una de las acciones que tomes a nivel laboral; es así como evitarás retrasos por errores que se comentan. En el amor, conviene perdonar y olvidar.



PERDER EL EQUILIBRIO · RÍO DE EUROPA CENTRAL · SALVADO DE LAS AGUAS · NUEVO · RAZA DE PERRO · TERCERA PERSONA · NARIZ · 12 Y 8 DEL ABECE · ALFONSO UGARTE · ERRO · TONTO · CUBRIR CON LOSA · DENTAL · ROBERT REDFORD · NEÓN · DE PIEDRA · ATASCAR OBSTRUIR · REGLA DE DIBUJO · MUGIDO DEL TORO · INFUSIÓN · NUESTRO PLANETA · HORNEAR TOSTAR · NEFASTO FATÍDICO · HARRIS (ACTOR) · REMOLCAR UN BARCO · CONTRARIO ARRIBA · PEQUEÑA MANCHA EN EL CUERPO · SONREÍR · TEJIDO · COMER (INGL.) · LATERALES DE LA "F" · DOBLE DE LA UNIDAD · MÍSTER (ABREV.) · TODO (INGL.) · NOMBRE MASCULINO · ROYAL AIR FORCE · SEÑOR (ABREV.) · PUNTO CARDINAL · POLICÍA FEDERAL DE LOS EE.UU. · ZARZUELA · LATERALES DE LA "H" · ASOC. FÚTBOL EUROPEO · SALA COMERCIAL · ANTIGUA NOTA DO · INDICA REPETICIÓN · PERCY ROJAS · LETRAS SUCESIVAS · AFIRMACIÓN · MONEDA RUMANA (PL.) · TIZA · Y · LUCHA ARMADA · SIRVEN PARA VOLAR · PAR DE ASES · ROMELU LUKAKU · FRUTO DE LA VID (PL.)

LA ÚLTIMA



Tratado del alma, el ser y la palabra

Nostalgia de la metamorfosis es un tratado del alma, del ser y de la palabra, libro de revelaciones, resiliencia y sanación, "escrito a manera de elegías y protesta". **Salvador de la Torre Toro,** expone en él hondo en su sentir y bronco en su decir, el terrible drama del paisaje desolador vivido a raíz de la pandemia del covid-19 (más de 200 mil muertes en el país, entre ellos algunos de sus familiares). Lucha tenaz, resistencia esperanzadora y reclamaciones airadas en lengua nativa contra la adversidad y la improvisación ante un sistema totalmente colapsado e inoperante. No deja de ser, en consecuencia, un desgarrador "canto de vida y esperanza", optimista salutación rubendariana de triunfo definitivo de la vida ante la muerte. **(Jorge Ita Gómez)**

Vivamos más y mejor

antropología médica y nutricional
por: José Luis Pérez-Albela

www.perezalbela.pe ✆ 2818677 ✆ 936098953
@perezalbela

¿Para qué sirve la colina? Guía rápida

Si no has oído hablar de la colina, tiene sentido: recién en 1998 se reconoció oficialmente como nutriente esencial.

Durante mucho tiempo se le dijo "vitamina B4", aunque en realidad es un nutriente parecido a las vitaminas del grupo B.

¿Para qué sirve? El cerebro y los nervios la usan para regular la memoria, el estado de ánimo y el control muscular. Todas las células la necesitan para mantener fuertes las membranas que las envuelven.

Además, a partir de colina el cuerpo fabrica acetilcolina, mensajero clave para pensar, aprender y recordar.

En el corazón, la colina ayuda a procesar la homocisteína, sustancia que se forma al digerir proteínas y que, cuando está muy alta, se asocia con más riesgo cardiovascular.

Para el hígado, la colina es necesaria para que funcione bien. Cuando la ingesta es baja, aumenta la probabilidad de hígado graso, algo frecuente en personas con sobrepeso u obesidad. Asegurar una buena cantidad diaria puede ayudar a cuidar el hígado y a evitar que el problema avance.

En el cerebro, la colina respalda la función y el desarrollo neurológico. Hay estudios que muestran que adultos mayores con niveles más altos de colina rinden mejor en pruebas de memoria y pensamiento.

También se investiga su relación con menor riesgo de defectos del tubo neural en el embarazo, menos inflamación y un riesgo más bajo de cáncer de mama.

El hígado produce una pequeña porción de colina por sí mismo, pero no alcanza para cubrir todo lo que el cuerpo necesita. Por eso conviene obtenerla a través de la alimentación.

Aún no existe una cifra única y universal que marque la cantidad diaria ideal para todas las personas, así que la recomendación práctica es cuidar la ingesta cotidiana y personalizar con apoyo de un profesional de la salud.

Vivamos Felices: Lunes a viernes de 4:00 a.m. a 8:30 a.m. por Radio Felicidad
Canal de YouTube: @BiendeSaludTV